



Утверждаю
Генеральный директор АО «Комбинат социального питания «Парголово»»
Жамедин А.В.
«17» декабря 2025 г.



Согласовано
Директор ООО гимназия №363
Фрунзенский район
Акатова И.Б.
«17» декабря 2025 г.

Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11
10 апреля 2026 г
5 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы.	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
Завтрак							
Макароны отварные с сыром	160/15	ТТК	5.2	12,58	14,20	32,60	303,50
Бутерброд с повидлом	45	ТТК	1.3	2,20	1,20	16,80	86,80
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134,00
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:	520			18,58	18,10	82,30	567,30
Обед							
Винегрет овощной	60	ТТК	1.48	0,84	6,06	3,96	66,40
Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	200/5/5	2008	91	4,28	5,22	17,80	118,30
Голубцы ленивые	240	ТТК	9.2	13,74	11,53	22,40	248,30
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Напиток из протёртой брусники	200	ТТК	13.13	0,50	0,10	24,10	95,20
Итого за прием пищи:	800			26,56	26,93	114,64	756,20
Всего за день:				45,14	45,03	196,94	1323,50

Заведующий производством